

石 娟◎编著

# 把脉 孩子的行为



探寻 **3~6** 岁孩子的心理奥秘



本书会帮助父母摸透孩子的心思。

从他们的每一言，

每一行，

每一笑，

每一哭中洞查孩子行为习惯背后的心理动机，

给出实用的教育方案，

帮助父母纠正孩子的不良行为习惯与心理，

让父母面对孩子的种种“出格行为”

不再无所适从。

本书将成为孩子心中最信赖的心理依靠者，

健康快乐地成长。



长春工业大学 B0723011



北京理工大学出版社

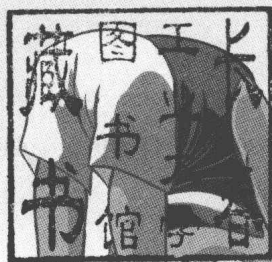
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

石 娟◎编著

B 844.12/4

# 把脉 孩子的行为

探寻 **3~6** 岁孩子的心理奥秘



长春工业大学 B0723011



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

版权专有 侵权必究

---

图书在版编目(CIP)数据

把脉孩子的行为：探寻3~6岁孩子的心理奥秘 / 石娟编著. —北京：北京理工大学出版社，2011.10

ISBN 978-7-5640-5135-8

I. ①把… II. ①石… III. ①儿童—行为—研究②儿童教育：家庭教育  
IV. ①B844.1②G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第190084号

---

---

出版发行/北京理工大学出版社

社 址/北京市海淀区中关村南大街5号

邮 编/100081

电 话/(010) 68914775 (总编室) 68944990 (批销中心) 68911084 (读者服务部)

网 址/http://www.bitpress.com.cn

经 销/全国各地新华书店

印 刷/保定市中华美凯印刷有限公司

开 本/710毫米×1000毫米 1/16

印 张/16.25

字 数/205千字

版 次/2011年10月第1版 2011年10月第1次印刷

责任校对/陈玉梅

定 价/29.80元

责任印制/边心超

---

图书出现印装质量问题，本社负责调换

每个孩子都是一个“小人精”，他们有自己的思想，有自己的感受，因此也就有了自己独特的行为。凡事有因才有果，孩子每一种言行背后都隐藏着他的心理动机，家长只有洞察了孩子的心理，进入到孩子的内心世界，从孩子的角度看问题，才能够彻底弄清楚孩子做出“出格行为”的原委，也才能够对症下药，有效地纠正孩子出现的种种问题，为孩子身心健康的发展扫清障碍。

但是，怎样才能进入孩子的内心世界，了解孩子的内心呢？和孩子做朋友无疑是一个很好的办法。因为，很多时候，父母仅仅靠观察孩子的行为，很难了解到孩子内心的真实想法，父母如果靠自己的主观臆断判断孩子的心思，也常常会有失偏颇。只有成为孩子的朋友，取得孩子的信任，多和孩子交流，才能了解孩子内心的真实想法，对孩子进行恰当的引导。

并且，在孩子的世界中，他也需要一个能够信任且能给他安全感的人物，也只有这样，孩子才可以敞开心扉，畅所欲言，更好地表达自己的想法。如果孩子能有幸得到这样一个依赖者，并且这个依赖者可以给他积极的、正确的引导，那么这个孩子是幸运的，他一定会成长得很优秀、很健康。可是在孩子的世界中谁能担此重任呢？孩子的家长无疑是最佳的人选。

所以本书就是引导父母做孩子的知己，认清孩子的心思，从孩子的每一言、每一行、每一笑、每一哭中洞察孩子行为习惯背后的心理动机，给

出实用的解决方案以纠正孩子的不良行为习惯与心理，让父母面对孩子的种种“出格行为”不再无所适从；也帮家长升级为孩子心中最信任的心理依靠者，以使孩子更加健康、快乐地成长。

本书共分8章，精选了3~6岁孩子成长中最重要的人生事件来进行剖析和指导。温馨的语言风格、案例场景和贴近生活的解决方案，将给家长和所有的教育者一次不同以往的心理震撼，以引领内心彷徨、面临困境的孩子走出心中的“沼泽”，修炼自强不息的毅力和坚持，从而让孩子在内心、学习、人际、健康、理财等多方面获得“多赢”，收获更加成功的人生。

## 拥有一个知己般的父母，孩子更好命

做父母的大都有一个共同的心愿，那就是“望子成龙”“望女成凤”，让孩子拥有好的命运。但是很少有家长思考，孩子对自己的期许是什么？孩子希望拥有什么样的父母？

有的家长也许会说，孩子喜欢疼爱自己的父母；有的家长会说，孩子喜欢总是为自己着想的父母；还有的家长会说，孩子喜欢能够经常陪伴自己玩耍的父母……这些说法都对，说明了家长们已经意识到了“朋友型”的父母是最受孩子欢迎的。但是，我们要说的是，仅仅做孩子的朋友还不够，我们要从“朋友”上升为“知己”，这样的父母才是最受孩子欢迎的。

人们常说：“人生得一知己足矣。”这句话如果用在教育上，我们可以这样说：“孩子拥有知己般的父母，将会更好命。”事实上也是如此。

父母与孩子之间，多因彼此不了解而发生误会，多为沟通少而产生矛盾，多是没有平等交流而伤了感情……如果父母成为了孩子的“知己”，这一切问题就会迎刃而解，所谓“知己知彼，百战百胜”说的也是这个道理。那么，怎样做知己型的父母呢？这需要从以下几个方面做起：

（1）要想做孩子的知己，父母就要树立自己“不仅是孩子的父母亲，更是孩子的好朋友”这个观念。教育孩子时要像对待朋友那样，避免采用生硬的教育方式，可以用自己的言行来影响孩子。任何时候，只要孩子出

现了问题，家长先不要急着责罚孩子，而要先反省自己的教育方式，看孩子是不是受自己的影响，模仿自己的行为，才表现出了不好的一面。比如，孩子爱发脾气，家长要反省自己是不是经常发坏脾气。如果是，先向孩子检讨自己的行为，然后强迫自己在遇到事情时冷静、温和地对待，克制住自己的坏脾气。这样，孩子就会受到父母的影响，效仿父母的言行，在潜移默化中改掉乱发脾气的坏习惯。采用这样的教育方式，孩子更容易接受，更容易改掉不良习惯，向好的方面发展。

（2）我们知道能成为知己的重要条件便是多沟通，并且是真诚的沟通。因此，家长平时也要多抽时间和孩子沟通。在沟通时做到认真倾听，换位思考，不嘲笑孩子，也不打击孩子，在孩子说不想上学、讨厌考试等一些令人气恼的话时，也要尽量克制自己的情绪，耐心听孩子说完，不随意打断孩子的话……总之，就是要像对待自己的知己那样对待孩子。这样，孩子看到父母并没有因为自己说真话而批评自己，却像个好朋友一样体谅自己，那以后他就敢于讲真话，能把自己内心的真实想法说给父母听啦。如此，父母就能直接触到孩子的心底，给予孩子最贴心的指导。并且，在生活中及时沟通，及时发现问题和解决问题，还能防止孩子心理问题的蔓延和加深，出现一些更严重的行为。比如，和孩子交流时，孩子说不想上学，原因是不喜欢某老师，家长就可以根据具体情况及时扭转孩子的想法，让孩子喜欢上该任课老师，爱上学习，以防孩子因为不喜欢某老师而出现“装病逃学”“成绩下滑”等问题。

（3）父母要想做孩子的知己，还应多和孩子一起玩游戏，因为爱玩游戏是孩子的天性，父母和孩子一起做游戏，能让孩子心情愉悦，加深与父

母的感情。并且父母还可以巧妙地把对孩子的教育融于游戏中，通过做游戏，来影响和改变孩子的一些行为。比如，孩子太好动，家长就可以通过和孩子玩“木偶人”的游戏（在喊了“木偶人”三个字后，所有的人都要保持静态，不能动），让孩子克服好动的行为习惯。这比家长严厉地斥责孩子“不许动”要有效得多，也不会激起孩子反抗，而能够在不面斥或伤害孩子自尊的情况下，让孩子在不知不觉中改变自己的行为，这更符合“知己型”父母的所作所为。

当然了，做知己型的父母，还有很多种方法，家长在实际生活中要努力去发现，去实践。要知道，只有成为孩子的知己，才能在全面了解孩子的情况下，给予孩子最恰当的心理援助。而孩子会因为有了“知己”般的父母，而更加乐意接受父母的指导和教育。这样，教育才能起到作用，孩子才能拥有健康的心理，拥有美好的前程，拥有好的命运！

## Chapter 1

### ■ 把孩子从小就当个“思想者”看待

1. 孩子深爱着属于他（她）的一切◎002
2. 每个孩子都很敏感◎005
3. 别以为你哄骗得了孩子◎008
4. 孩子哭闹时，更需要大人的温情和理解◎012
5. 孩子情绪善变不是“世故”，而是真情流露◎015
6. 孩子有怪癖，需要深究“心因”◎018

## Chapter 2

### ■ 父母要知道，孩子是如此地深爱着我们

1. “妈妈我爱您”——孩子心中纯纯的天使之爱◎024
2. “我要看着你们吃饭”——孩子只想和你们在一起！◎027
3. “我要和您一起睡”——孩子依恋你，对你充满信任！◎030
4. “我喜欢奶奶不喜欢姥姥”——孩子的爱是等价的，只是跟熟悉的人更亲近些◎034
5. “妈妈抱我，不许抱××”——孩子对爱有独占思想◎037
6. “爸爸怎么还不回来？”——孩子也会思念亲人◎040
7. “妈妈您跟我一起去上幼儿园”——害怕和大人分开◎043
8. “爸爸，陪我玩好吗？”——孩子想和你分享快乐◎046
9. “让我们一起笑起来！”——孩子希望大家生活得轻松愉快◎050

## Chapter3

### ■ 孩子情绪不好时，需要大人加倍的理解和帮助

1. “我烦”——口头禅or孩子也有烦心事？◎056
2. “你给我滚”——大人的影响or小孩的愤怒？◎059
3. “唉，我为什么没有苗苗漂亮”——小孩也会自卑◎062
4. “太晚了，明天我肯定起不了床了！”——孩子的焦虑心理◎065
5. “妈妈，没有人和我玩”——孩子很孤独◎069
6. “我说不好英语，我很笨”——孩子的悲观来自何方◎072
7. “哎，已经失败两次了”——孩子容易产生挫折感◎075
8. “看看吧，我比他厉害多了！”——孩子的骄傲自负心理◎078
9. “不，我就要……”——孩子的逆反心理◎081
10. “爸爸，我又做噩梦了！”——孩子的童年恐慌心理◎084

## Chapter4

### ■ 纠正孩子与他人交往的问题思想，帮他（她）架好交往的桥梁

1. “玩具不给别人玩”——孩子太小气◎090
2. “我的牛奶比他的好”——孩子的攀比心理◎092
3. “谁让她生病了，活该”——孩子没有同情心◎095
4. “她的裙子难看死了”——孩子也有嫉妒心◎099
5. 人来疯——孩子为何喜欢在客人面前表现自己？◎102
6. “我不想和他们玩”——孩子不合群◎104
7. “妈妈，今天亮亮又欺负我了”——孩子是个“受气包”◎107
8. “妈妈，我讨厌他们，他们叫我黑棍！”——孩子的自尊心受到伤害◎111
9. “爸爸，好朋友会背叛我吗？”——孩子对友谊的质疑◎114
10. “爸爸，小朋友们为什么不跟我玩啊？”——孩子被“孤立”了◎117

## Chapter5

### ■ 关注孩子个性中的弱点，帮他（她）做个心灵强大者

1. “妈妈我害怕”——孩子胆子小◎122
2. 输了就哭——孩子为什么输不起◎125
3. “妈妈，您帮我弄”——孩子自理能力差◎128
4. 孩子是个“眼泪包”——孩子心理太脆弱◎132
5. “那好吧，您说怎么办就怎么办吧”——孩子没主见◎135
6. “这关我什么事呀！”——孩子没有责任感◎138
7. “我不想去参加夏令营，太累了”——孩子怕吃苦◎141
8. “钱不是我拿的，是姐姐拿的！”——孩子撒谎◎144
9. “急什么，反正有的是时间！”——孩子爱拖延◎148
10. 见人不打招呼，不懂得礼让——孩子缺乏文明礼貌意识◎152

## Chapter6

### ■ 洞察孩子言行中的怪癖，帮他（她）逾越心中的藩篱

1. “妈妈，我想我的小熊”——孩子过度恋物◎158
2. “妈妈，为什么？”——孩子爱问问题◎161
3. “总是问别人，太没面子了”——孩子错误的面子观◎164
4. 孩子一刻也不能闲——多动症还是淘气？◎168
5. “我只是想拆开看看里面什么样”——孩子爱破坏东西◎171
6. “我又梦见大灰狼了！”——孩子噩梦有缘由◎174
7. 家有“小夜猫”——孩子晚不睡，早不起的心理诱因◎177
8. 孩子花钱如流水——缺乏节约意识◎180
9. 喜欢穿妈妈的高跟鞋——爱“臭美”的孩子or渴望长大◎184
10. “妈妈，我拿了一个新玩意儿回来”——孩子顺手牵羊◎187

## Chapter 7

### ■ 了解孩子对待学习的心态，科学引导孩子取得优秀成绩

1. “我什么时候才能长大不用学习？”——孩子对读书充满无奈◎192
2. “我不喜欢算术”——孩子偏科的原因◎195
3. “我不喜欢米兰老师”——孩子有不喜欢老师的理由◎199
4. “我不想去幼儿园！”——孩子不喜欢学校的原因◎202
5. “唉！假期为什么不再长点”——开学了还未收心◎205
6. “妈妈我肚子疼，不想去上学了！”——装病逃学◎208
7. “我考了100分，牛牛才考了60分！”——学习中的骄傲思想◎211
8. “哎呀，我又把作业忘在家里了！”——孩子丢三落四、粗心大意◎215
9. 一会儿写作业，一会儿看童话书——孩子学习三心二意◎218

## Chapter 8

### ■ 关注单亲家庭的孩子，用心付出助他（她）快乐成长

1. “你们为什么老吵架！”——孩子对父母的言行感到担忧◎224
2. “别人都说我爸爸的坏话”——孩子对周围人的评价很困惑◎227
3. “爸爸为什么不和我们一起住？”——孩子不喜欢没有爸爸的日子◎230
4. “听××说你们离婚了，是真的吗？”——孩子意外得知了父母离婚的真相◎234
5. “妈妈，爸爸为什么不要我们了？”——父母离婚后孩子有被抛弃的感觉◎237
6. “是不是因为我才离婚呢？”——小心孩子对父母离婚充满负罪感◎240
7. “我恨爸爸”——孩子对离婚父母的仇视心理◎244

## 把孩子从小就当个“思想者”看待

孩子并不是家长所认为的那样无知，什么也不懂。即使是年龄再小的孩子，也有自己的思想，也有自己的感受，也就是说，每个孩子都是个“思想者”。因此，家长应该改变自己的观念，在教育孩子的时候，多注意洞察孩子的心理，从心理层面给予孩子正确的引导、教育和呵护，这样才能培养出心理健康的优秀孩子。



### 1. 孩子深爱着属于他（她）的一切

属于孩子的东西本来就很有限，所以孩子才倍加珍惜，他们护着自己的东西不让别人动，只因为他们深爱着属于自己的一切。

不知家长们注意到没有，孩子对于属于自己的东西通常都非常在意，不喜欢让别人碰，常常护着。许多家长因此责怪孩子“自私”“小气”，孩子却宁愿顶着“小气”的罪名，也不愿意“大方”一次。

就拿我们小区里的一个孩子来说：

前天，我在小区内的健身器材处锻炼身体时，看到有许多小孩子在那里玩。其中，有一位熟悉的住户带着5岁的女儿雯雯在扭腰，他们还带着一把粉红色的小椅子放在一边。这时候，小区里的舟舟也跑了过来，他是我楼下的孩子，出门经常碰到，所以还算比较熟，这个小家伙1岁多了，跑得还不是很稳，只见他摇摇晃晃地就冲着雯雯的小椅子跑了过来，指着小椅子就说：“椅椅，椅椅。”跟在身后的奶奶说：“别动别人的椅子。”

雯雯的爸爸说：“没事儿，让宝宝坐吧！”舟舟抓着椅子玩儿，然后一屁股坐了上去。这时候让我没想到的事情发生了，只见正在一旁玩耍的雯雯起身抓起舟舟的胳膊，大声说：“你起来，这是我的椅子。”舟舟的奶奶连忙把舟舟拉了起来。

等舟舟起来后，雯雯马上一屁股坐下去，说什么也不起来了。雯雯的爸爸也认识我，就走过来对我说：“雯雯总是护着自己的东西，不让别人碰，就连吃饭时她专用的碗筷她也护着。一次，她妈妈拿着她的小碗放了几瓣蒜，她就嚷嚷着不干了。”

其实，孩子护自己的东西，不像大人想象的那样，是“自私”“小气”的表现，而是说明了孩子是有思想的，他们已经知道了哪些东西是自己的，哪些东西是别人的，之所以护着不让别人动，是因为他们深爱着属于自己的一切，哪怕只是一块手帕。

那么，孩子为什么反对别人碰自己的东西，对属于自己的东西这么热爱呢？下面我们就一起来探讨一下其中的原因。

### ✧ 解析孩子深爱属于自己的一切的心理原因

孩子不想让别人碰自己的东西，不想给别人用自己用过的东西，不是自私，也不是小气，那究竟是为为什么呢？孩子为什么要护着自己的东西呢？下面我们就来剖析一下孩子深爱着属于自己的一切的心理原因：

**“这”里面有孩子的美好记忆。**“这”就是指孩子所有爱护的东西。对于孩子来说，有些衣服虽然不能再穿了，有些玩具虽然不能再玩了，但是对于他们来说，这些东西都是有意义的。孩子每次看到属于自己的东西时，常常会想起以前快乐的故事。看到自己粉红色的小裙子，就会想起这是爸爸出差回来给她买的；那条蓝色的小牛仔裤是妈妈带她出去旅游时买的；那个褐色的小木碗是她吃饭时最佳的伙伴，每当用这个碗吃饭时，她都能比平时多吃点。也就是说，在成人看来一些已经不能再用的东西，在孩子的眼里都有非凡的意义，都是他们快乐的记忆。

**孩子对自己的东西倾注了感情。**在孩子的眼里，自己的东西就如同和自己一起玩的小伙伴一样，是有生命、有感情的。他们对这些东西都倾注了自己的感情。孩子哭时，她会想：“我哭了有爸爸妈妈在这里安慰我，可是我的小熊哭了，小狗哭了，谁安慰它们呢？它们实在太可怜了。我答应过做它们的妈妈，永远照顾它们，可是现在讨厌的××又动它们了，不行，我一定要保护它们。”这就是孩子内心的真实想法。

**孩子怕失去这些东西。**因为孩子的认知能力有限，总是认为自己的东西一旦借给了别人，就再也要不回来了。所以，在和其他小朋友一起玩的时候，就拒绝把自己的东西和别人分享。

综上所述，孩子占着属于自己的物品，不让别人碰是因为孩子爱自己的东西，这些东西是他们美好记忆的一部分。这一切都说明了孩子是有思想的，他们并不是用过一些东西就扔到一边，毫无情感。因此，家长在处理孩子的物品、在面对孩子护自己东西的时候，要尊重孩子的心理，听听孩子的想法。

## ✧ 给孩子恰当的心理援助

当孩子太“护着”自己的东西时，家长要根据实际情况给予孩子合理的指导和心理援助，具体的可以从以下几个方面做起：

**在处理孩子的物品前先征求他（她）的意见：**许多家长在收拾屋子时，一看到孩子穿不上的旧衣服、不喜欢玩的玩具，就把它送给亲戚家的孩子。可是过后，却常常会遭到孩子没完没了的“盘问”或哭闹。家长于是就开始埋怨孩子“没爱心”“不近人情”。这对孩子来说是极为不公平的。孩子也是有思想的人，上面我已经说过了，孩子对许多旧物品倾注了自己的感情，如果家长不经孩子的同意，就把孩子的物品送给别人，孩子自然会十分伤心。基于此，建议家长在把孩子的物品送给别人前，要先和孩子商量一下，如果孩子不同意，并说出了不同意的理由，比如说“这双小鞋子是姥姥给我买的，我喜欢它”等，这时候，家长就不应该再勉强孩子，而应该说：“那妈妈就给宝贝留着。”让孩子觉得妈妈“通情达理”。

**为孩子建立一个小收藏箱：**家长可以为孩子准备一个小收藏箱，由孩子放进去一些他（她）喜欢的旧衣服、旧玩具，一些他（她）认为重要的物品，比方说上幼儿园得的一些小红花，过生日时伙伴送来的卡片等。然后给孩子设立物品取放规定，并要求孩子遵守规矩，绝不任意丢弃和挪动孩子已经存放好的

物品。如果需要从中取出什么东西，可以先和孩子商量，经孩子同意后再拿走。

**不要强迫孩子与人分享：**孩子深爱着属于他（她）的一切，所以有时候不愿意与人分享，这时候父母就不要强迫孩子与人分享。如果强迫孩子分享，就会使孩子不快乐，不快乐必然影响孩子分享的主动性，因此，父母应该尊重孩子的意愿。如果有些东西实在不愿意与人分享，家长可以让孩子在其他小朋友来家里玩的时候，把他（她）认为重要的宝贝“藏”起来，不让其他人分享。只有孩子藏好了自己的宝贝，他（她）才会大方地把其他东西都借给别人。如果父母强迫孩子把任何东西都与人分享，反而会激发其产生逆反心理，做出相反的行为。

总之，孩子是有思想的，他（她）深爱着属于他（她）的一切，家长应该理解孩子的心思，平等对待孩子，尊重孩子的想法，在征得孩子同意的前提下，引导孩子学会分享。只有这样，才能培养出心理健康、懂得分享的好孩子。

## 2. 每个孩子都很敏感

每个孩子的心灵都是敏感的，一件很小的事、一句不经意的话，都可能使孩子的心灵泛起涟漪……

生活中，我常常看到许多孩子因为一件小事哭泣，因为一两句批评就黯然伤神。这让我感到很是吃惊，也让我得出了这样的结论：每个孩子都是敏感的，他们都是有思想的，并不像大人想象的那样“小孩子嘛，随便说他们两句，他们懂什么呀”。我自己亲身经历的一件事就可以说明这一点。

姐姐的女儿娜娜今年7岁了，活泼可爱，对人也很有礼貌，和我这个做小姨的关系也非常好，经常对我说：“小姨，你就是我的好朋友！不像爸爸妈